14.043 Šúľance s orechmi
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
zemiaky	11,00	8,80	15,00	12,00	20,00	16,00	25,00	20,40
múka hrubá	6,50	6,50	7,50	7,50	10,00	10,00	11,00	11,00
krupica	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	1,00	1,00
soľ	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20
vajcia	7	0,35	9	0,45	12	0,60	16	0,80
múka na dosku	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50
olej	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50
cukor práškový	1,30	1,30	1,50	1,50	1,90	1,90	2,00	2,00
maslo	1,50	1,50	1,80	1,80	2,20	2,20	2,50	2,50
orechy	1,30	1,30	1,50	1,50	1,90	1,90	2,00	2,00
hmotnosť šúľancov v g	180		230		270		340	
hmotnosť posýpky v g	26		30		38		40	

Receptúra

Výrobný postup

Umyté zemiaky uvaríme v šupke, vychladené očistíme, zomelieme a zmiešame s múkou, krupicou a vajcami. Vypracujeme cesto, ktoré rozvaľkáme nahrubo (1cm), formujeme a krájame šúľance. Uvaríme v slanej vode, pomastíme olejom. Pred podávaním posypeme orechovou posýpkou. Polejeme rozpusteným maslom.
Posýpka: Orechy pomelieme a spojíme s práškovým cukrom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	2642	634	11,66	24,0	0,0	88,9	5,8	44,4	2,0	0,091	0,2	0,1	14,2	2,1
B	3173	762	13,87	29,0	0,0	106,3	7,2	54,6	2,5	0,110	0,2	0,1	19,2	2,6
C	4078	979	18,02	36,4	0,0	138,3	9,4	71,4	3,3	0,136	0,3	0,1	25,6	3,4

D	4633	1112	20,53	40,9	0,0	157,7	11,2	84,4	3,9	0,158	0,3	0,2	32,4	4,1